

三月三拜轩辕

庚寅年黄帝故里拜祖大典

小樱桃学黄帝文化



旁白 《黄帝内经》是我国传统医学四大经典著作之一，是我国医学宝库中现存成书最早的一部医学典籍。



旁白 《黄帝内经》给出答案：“谷肉果菜，食养尽之；无使过之，伤其正也。”这表明再温和的药也不如平常吃饭，均衡饮食才是治病的最佳良方。

石板、石窗、石梁……没有一块木料 石制轩辕庙：有2700年了

石质轩辕庙坐西朝东

4月8日，始祖山山顶，那里有一座古老的庙宇，奇怪的是，它不是坐北朝南，而是坐西朝东。这是我国现存最古老的一座石庙——轩辕庙。

石门、石窗、石柱、石梁、石顶……这座庙宇全部是石质结构，没有一块木料，可谓独具匠心。轩辕庙的“砖”是一块块的石板，每块都在200公斤以上。而石头做成的窗户，至今依然十分坚固。进入庙宇，房顶上的石梁，更加显示出它的艺术高超之处。

“我们通常见到的庙宇都是坐北向南，而这座庙却坐西向东。从建筑学角度来看，汉代以前的庙宇都是坐西向东，以西为上；汉代以后的庙宇才是坐北向南，以北为上。根据专家学者鉴定，它的根基和墙围始建于春秋时期，距今已有2700多年的历史了，应该是古人为纪念黄帝而建设的。由于长期风化和人为破坏，房顶曾在汉代修复过，并且历代都有修复，最近的一次修复在上世纪90年代初。”始祖山景区管委会主任周云峰告诉记者，轩辕庙在2000年时被确定为省重点文物保护单位，现正在申请国家级重点文物保护单位。

轩辕庙留下太多的神秘

庙内正对门口处是一尊黄帝像，庙的门楣上方有4个奇异的符号，不同于现在的汉字。



寻根之旅

始祖山山顶螺祖庙的附近，有一座坐西朝东、全石质的庙宇——轩辕庙。经专家考证，此庙宇至少有2700多年的历史，是人们为纪念黄帝功德而建。至今，每逢农历三月三，前来这里拜祖的游客络绎不绝。4月8日，记者在轩辕庙看到很多人前来这里拜祖。

本报记者 王军方 袁帅 文/图



临近拜祖大典，轩辕庙前香客络绎不绝。



晚报邀你同拜祖

□ 本报记者 李丽君

三月三还是情人节

在少数民族内仍保留三月三情人节的习俗。比如这一天苗族姑娘穿着盛装，来到一个固定的地方展示她们的美丽。小伙子们也等着这一天，他们有机会认识很多姑娘，和她们对歌，如果相互喜欢的话，马上就可以拉回家去。所以歌会散了之后就可以看到很多男男女女拉拉扯扯的。

农历三月三 习俗真不少 还是少数民族情人节

拉拉扯扯的。

这一天不但是苗族的歌会，黎族称三月三为“孚念孚”，为预祝“山兰”（山地旱谷）和打猎丰收的节日，也是青年男女自由交往的日子，人们称它为谈爱日。

各地的不同习俗

汉族在这日有吃地（芥）菜煮鸡蛋的习俗。侗族，在这日举行抢花炮、斗牛、斗马、对歌、踩堂等活动，亦称“花炮节”。

“这是轩辕庙最有文化价值的部分。”周云峰介绍，专家考证，这些符号可能是黄帝时期的象形文字，中间两个符号是仰韶文化时期的文化符号，在象形文字中代表“天天”，左边一个月亮，代表阴，右边的太阳，代表阳，阴阳对称，表示“日月天天转，黄帝坐中间”之意，表现了人们对黄帝的崇拜。

在左右两边的石窗下边，各有一块石碑，由于长时间风化，上面的字迹已无法看清。“如果能破译出这些文字，可能会得到轩辕庙更多的信息。”周云峰说。

周云峰介绍，轩辕庙内原有一块石碑可报阴晴，晴天碑身出水，即曰下雨；上边有水珠，说明北边有雨；下边有水，说明南边有雨，非常灵验。为什么会出现这种情况，至今无人能说清楚。

至今保留三月三拜祖习俗

“三月三凌晨，很多人就会聚集始祖山山顶，抢着烧第一炷香。”周云峰介绍，每逢农历三月三，成千上万的群众都要到庙前烧香叩拜，保佑自己平平安安、万事如意。来此寻根拜祖的海内外华人也要在庙前举行祭祖仪式，颂赞始祖功德，缅怀黄帝业绩。一些名人为轩辕庙题词，其中庙南边“中华文明始祖”的石碑就是贺敬之题写的。可以说，轩辕庙已成为中华儿女热爱始祖黄帝，期盼祖国繁荣富强，凝聚华人感情的象征。

协和阳光
XIEHE YANGGUANG
爱心行动

20元能改变糖尿病友什么？

糖尿病已成为人类致残致死的第三大疾病，我国目前有糖尿病友6500万，且不断呈流行爆发趋势。为造福社会、关爱糖尿病患者，减轻国家负担，协和阳光全国糖尿病预防与干预工程组委会特出资50万在郑州启动“20元赶糖尿病出郑州”的特大爱心活动，所有II型糖尿病友凭相关证件均可报名参加，届时，将享受三大惊喜！

惊喜一：20元获86元桑海胶囊！

只需花20元即可获得协和生物研制、清除毒糖的海洋生物制剂桑海胶囊1盒（每人限购5盒），您可体验6天清除毒糖、平稳血糖，口干、乏力、便秘等症状明显改变的神奇效果！名额限800名，时间限2010年4月10日—4月17日，报名电话：68567620 68567610

惊喜二：免费听协和专家讲座！

活动现场将由北京协和阳光工程组委会专家带来精彩的糖尿病知识讲座——糖尿病患者如何冲出重围？及多名知名专家现场指导如何正确用药、饮食、运动等；

惊喜三：免费领糖尿病书籍！

免费领取协和阳光工程推荐用书——《糖尿病专家新见解》，本书由中国中医科学院医学博士、世界糖尿病协会副秘书长王宏才博士编著。

海洋生物治糖 糖尿病治疗史的一次革命

所有的糖尿病西药，都以降糖为目的，其中一部分药物是以牺牲胰岛的寿命为代价，最终不得不靠打胰岛素来维持生命；还有一部分药物是抑制或减少人体对糖的吸收，这样会造成人体能量缺乏、营养失衡，更易出现疲惫、乏力、头晕等症状。这都是治标不治本的做法。

北京协和生物百位专家研究发现，由于糖尿病人摄入大量糖、脂肪、蛋白、油脂类物质，导致R、P、U三大基因异常活跃，产生大量终末糖基化产物（AGEs）及乙酰乙酸、β羟丁酸、丙酮酸等酸性产物垃圾，统称为“毒糖”。就像大蒜泡在糖水里会失去生命力一样，人体器官长期浸泡在毒糖里，也会失去生命力，胰岛、心、脑、肾、血管等各器官功能衰退，出现各种并发症！2009年，北京协和生物百位专家根据毒糖理论研发出掀开糖尿病治疗新篇章的全新海洋生物制剂——桑海胶囊。此发明获国际生物医学金奖、最受百姓信赖健康品牌！